



Nepals Küche
Nepal e la sua cucina
Nepal's cuisine

2022





01

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

02



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

03

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

04



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

05

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

06

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30



07

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Pro Nepal		

08



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

09



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

10



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

11



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

12



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Dhal Bhat ist das Nationalgericht, das sind Basmatireis mit Linsen und Gemüse und/oder Fleisch. Daneben sind Momos, gefüllte und meist kunstvoll geformte Teigtaschen, sehr beliebt. Nepals Küche ist einfach und durch die vielen Gewürze sehr schmackhaft und meistens scharf.

Il Dhal Bhat, ovvero riso basmati con lenticchie, verdure e/o carne, è considerato il piatto nazionale. Inoltre sono molto popolari anche i momo: ravioli ripieni dal singolare aspetto. La cucina nepalese è semplice e, grazie alla varietà di spezie, molto gustosa e solitamente piccante.

Dhal Bhat is the national dish: basmati rice with lentils, vegetables and/or meat. Momos, usually artfully shaped filled ravioli, are also popular. Nepalese cuisine is simple and, thanks to its many spices, also very tasty and usually spicy.

ProNepal bedankt sich nochmals ganz herzlich für Eure Unterstützung.
ProNepal ringrazia nuovamente di cuore per il Vostro sostegno.
Once again ProNepal sincerely thank you all for your support

Fotos von/fotografie di/photographs by :
01-08 Margherita Köfler, 09 Hanna Battisti, 10-12 Maggie Wohlgemuth

Sitz: Freiheitsstraße 132 - 39012 Meran (BZ) / Sede: Corso Libertà 132 - 39012 Merano (BZ)

Steuernr./cod. fisc.: 91039430219 - Tel.: 0473 230475 - Fax: 0473 211944

Web: www.pronepal.org - info@pronepal.org - <https://www.facebook.com/pages/pronepal/106272526088964> - ProNepal (@Pro_Nepal)

Bankverbindung/coordinate bancarie:

Raiffeisenkasse / Cassa Rurale IBAN: IT 08 F 08112 58590 000301263056 BIC/SWIFT RZSBIT21201

Volksbank / Banca Popolare IBAN: IT 68 I 05856 58590 040570002222 BIC/SWIFT BPAAIT2B040

Sparkasse / Cassa di risparmio IBAN: IT 96 V 06045 58590 000005006849 BIC/SWIFT CRBZIT2B020

